

47th Congress of the European Association for Behavioral and Cognitive Therapies (ヨーロッパ行動療法認知療法学会：EABCT) 参加報告

立教大学大学院現代心理学研究科 糸原 絵里香

<概要>

47th Congress of the European Association for Behavioral and Cognitive Therapies (ヨーロッパ行動療法認知療法学会：EABCT) は2017年9月13日から16日までの4日間にわたって、スロベニアのリュブリャナにあるエキシビジョンアンドコンベンションセンターにおいて開催された。ヨーロッパを中心として世界中から行動療法および認知療法の研究者や臨床家が集い、13日にはPre-congress workshopが、14日から16日にかけてIn-congress workshopやシンポジウム、ポスター発表などが行われた。

開催地となったリュブリャナは12世紀に建てられたリュブリャナ城を中心とした歴史的な街並みが広がっていた。またスロベニアは公用語をスロベニア語としながらも、国民の多くがドイツ語やイタリア語、英語やセルビア・クロアチア語を使用しており、リュブリャナの街の中でも様々な言語が話されていた。

<参加内容>

今回は、自身の発表はなく、ワークショップおよびシンポジウムへの参加のみであった。私はAdrian Wells氏によるワークショップ(Metacognitive Therapy for Generalized Anxiety and Worry)や、Costas Papageorgiou氏によるワークショップ(Metacognitive Therapy for Depression in Individual and Group Formats)、Judith Beck氏によ

るワークショップ(CBT for personality disorders)などを受講した。

Adrian Wells氏はマンチェスター大学の教授であり、メタ認知療法や不安、心配などに関する研究を行っている。今回のワークショップは不安や心配に対するメタ認知療法の実践に関する内容であった。メタ認知療法の理論に関するお話や、最新の研究によって得られた知見などに関するお話をされたり、共同研究者の先生をクライアント役として、メタ認知療法におけるカウンセリングのロールプレイなどが行われたりした。

Costas Papageorgiou氏はイギリスのThe Priory Hospitalの臨床心理士で、メタ認知療法や、その集団における実践について研究を行っている。今回のワークショップは抑うつに対するメタ認知療法の集団における実践に関するものであった。

Judith Beck氏は米国のフィラデルフィアに位置するベック認知行動療法研究所の所長であり、ペンシルヴァニア大学の助教授を務めている。今回のパーソナリティ障害に対する認知行動療法に関するワークショップでは、最新の研究によって得られた知見や、自身の臨床実践についての講演が行われた。

<所感>

今回のヨーロッパ行動療法認知療法学会を通じて、様々な国籍の参加者の方とカウンセリングのロールプレイを行うことができ、非常に勉強に

なった。あるロールプレイの終了後には、お互いに母語ではない言語を用いて行うロールプレイのため、言語的なコミュニケーションの面では、難しいと感じる場面が多かったが、それと同時に、非言語的なコミュニケーションの大切さを改めて感じることもできたのではないかという感想を相手の参加者と共有することができた。

また、全く国籍の異なる3人でグループになり、カウンセラー役とクライアント役と観察者役を交代してロールプレイを行うという場面もあった。それぞれ自分の役になりきって、架空のクライアントやセラピストを演じる中で、クライアント役になった時に想定する悩みや問題が3人とも類似

していた。このことについて、全く違う環境で生まれ育ち、生活しているにもかかわらず、問題であると感じていることが類似しているということを非常に興味深いと感じた。

少人数で行われるワークショップも数多くあったため、質問や感想、意見などを交換する機会が多かったことも印象的であった。初日に行われたワークショップにおいては、参加者が7人程度であったため、参加者の一人一人に対して意見や考えを求められる場面が多かった。最初は緊張したが、参加者の方々の貴重なお話を聞くことができ、非常に勉強になった。